Digitized by Google

Instruktion

für

den Betrieb der Gymnastik

bei

den Truppen zu Pferde.

(Mit 44 in den Text gedruckten Figuren in Holzschnitt.)

Berlin, 1869.

Verlag der Königlichen Geheimen Ober-Hofbuchdruckerei
(R. v. Decker).

Instruktion

für

den Betrieb der Gymnastik

bei

den Truppen zu Pferde.

(Mit 44 in den Text gedruckten Figuren in Holzschnitt.)

Berlin, 1869.

Verlag der Königlichen Geheimen Ober-Hofbuchdruckerei
(R. v. Decker).

Digitized by Google

Digitized by Google

Inhalts-Verzeichniß.

Erster Abschnitt.

Seite

§. 1. Betrieb der Gymnastik im Allgemeinen 5
§. 2. Anordnung des Unterrichts 6
§. 3. Eintheilung der Uebungen 8
§. 4. Klasseneintheilung 9

Zweiter Abschnitt.

Uebungen der Gymnastik.

I. Freiübungen.

§. 5. Fuß- und Beinbewegungen 10
§. 6. Rumpfbewegungen 14
§. 7. Arm- und Handbewegungen 16
§. 8. Kopfbewegungen 18

II. Kürübungen.

A. Uebungen am Balancirbaum.

§. 9. Hinaufspringen auf den Baum und Balancirstand auf demselben 19
§. 10. Uebungen im Balancirstand 20
§. 11. Gangübungen 20

B. Uebungen am Querbaum.

§. 12. Uebungen im Hang 21
§. 13. Uebungen im Stütz und Sitz 24
§. 14. Auf- und Abschwünge 29
§. 15. Ueberschwünge 30

C. Uebungen am Schnurſprunggestell.

§. 16. Schlußsprung, Freisprung 32

D. Uebungen am Sprungkasten.

§. 17. Uebungen bei Querstand des Kastens 33
§. 18. Uebungen bei Längsstand des Kastens 35

Digitized by Google

Seite

E. Voltigirübungen.

§. 19. Uebungen am Voltigirbock bei Querſtand 37
§. 20. Uebungen am Voltigirbock bei Längsſtand 40
§. 21. Uebungen am lebenden Pferde 43

Anhang.

Beſchreibung der Gerüſte und Geräthe.

1. Balancirbaum 45
2. Querbaum 46
3. Schnurſprunggeſtell 46
4. Sprungkaſten 47
5. Voltigirbock 47

Digitized by Google

Instruktion

für

den Betrieb der Gymnastik

bei

den Truppen zu Pferde.

Erster Abschnitt.

§. 1.

Betrieb der Gymnastik im Allgemeinen.

Die Gymnastik hat zunächst die Aufgabe, mittels planmäßiger Durchbildung des Körpers die Kraft und Gewandtheit des Soldaten, unter Berücksichtigung der seinem Berufe eigenthümlichen Anforderungen, stetig zu entwickeln. In weiterer Folge soll sie ihm bei Erlernung und Ausübung seiner praktischen Dienstverrichtungen Vorschub leisten, seine militairische Ausbildung fördern, sowie als Endziel, im Verein mit den rein militairischen Uebungen, das moralische Element im Soldaten durch die Zuversicht auf seine Leistungsfähigkeit beleben.

Die Gymnastik ist fortan als ein obligatorischer Dienstzweig mit sämmtlichen Leuten je nach ihrer Individualität und Körperkonstitution zu betreiben.

Ein günstiger Erfolg der gymnastischen Uebungen kann allein bei richtigem Betriebe derselben erwartet werden.

Das unerläßlichste Erforderniß dazu ist

ein sachverständiges Lehrerpersonal.

Digitized by Google

Jeder Truppentheil hat für die Heranbildung und Ergänzung eines solchen an Offizieren, Unteroffizieren und Soldaten zu sorgen.

Die Ausbildung dieser Lehrer ist vornehmlich Sache derjenigen Offiziere, welche einen Kursus auf der Central-Turn-Anstalt durchgemacht und mit dem Befähigungszeugniß von derselben entlassen sind.

Der Eskadron-Chef ist für den richtigen Betrieb der Gymnastik verantwortlich.

Der eigentlich technische Unterricht kann zwar Unteroffizieren in die Hand gegeben werden; dieselben sind aber immer nur als Gehülfen des Offiziers zu betrachten, welcher die Uebungen leitet. Es ist nothwendig, daß sämmtliche Offiziere sich mit den Prinzipien der Gymnastik vertraut machen; die jüngeren Offiziere müssen im Stande sein, die Uebungen praktisch auszuführen.

Die Unteroffiziere sind nach Möglichkeit gymnastisch so weit auszubilden, daß sie nicht allein die Uebungen den Leuten korrekt vorzumachen verstehen, sondern auch mit dem Lehrgange genügend bekannt sind, um beim Unterricht mit Einsicht und planvoll verfahren zu können. Aus den geschicktesten Leuten werden Lehrergehülfen zur Unterstützung der Unteroffiziere ausgewählt.

§. 2.

Anordnung des Unterrichts.

Die gymnastischen Uebungen sind recht eigentlich Detailübungen; deshalb dürfen sie auch nur in kleineren Abtheilungen betrieben werden.

In einer jeden Uebungsstunde müssen möglichst alle Theile des Körpers gleichmäßig in Thätigkeit gesetzt werden. Zu diesem Zweck sind von dem leitenden Offizier jedesmal eine Anzahl entsprechender Uebungen zusammenzustellen, welche die Unteroffiziere und Lehrergehülfen in der Unterrichtszeit durchzunehmen haben. Die Freiübungen speziell

Digitized by Google

ſind in Gruppen zu ordnen, in denen Kopf-, Arm- (Hand-), Rumpf-, Bein- und Fußbewegungen in gleichem Maße vertreten ſein müſſen. Bei Durchnahme derſelben wird am zweckmäßigſten dieſe oder die umgekehrte Reihenfolge feſtgehalten.

Die Uebungen müſſen, unter angemeſſener Wiederholung der bereits durchgenommenen, ſtetig von leichten zu ſchweren, von einfachen zu zuſammengeſetzten Uebungen fortſchreiten.

Alle Uebungen, welche ſich ſowohl rechter als linker Hand ausführen laſſen, ſind auf beide Weiſen zu lehren, und diejenigen, welche die Lungen in erhöhte Thätigkeit ſetzen, alſo erhitzend und angreifend ſind, in die Mitte der Stunden zu legen.

Der Unteroffizier hat bei ſolchen Uebungen, wo der Mann fallen und ſich dadurch beſchädigen kann, denſelben allein, reſp. mit Hülfe eines anderen zu halten oder bei Geübteren ſich ſo zu ſtellen, daß er jederzeit helfen und unterſtützen kann (Hülfsſtellung). Bei Ausführung der Uebungen muß er die ſorgfältigſte Korrektur eintreten laſſen und in ſeinem ganzen Verhalten Luſt und Liebe zur Sache, Umſicht und Geduld an den Tag legen.

Während des Unterrichts iſt von der militairiſchen Ordnung und Disziplin nicht nachzulaſſen, um ſo weniger, als die ermüdenden Uebungen dazu nöthigen, den Leuten in den Momenten der Ruhe zu ihrer Erholung eine größere Freiheit wie in Reihe und Glied zu geſtatten.

Bei Beurtheilung der Leiſtungen iſt darauf zu ſehen, daß die Uebungen korrekt nach der Vorſchrift ausgeführt werden. Es kommt z. B. zunächſt nicht darauf an, wie weit, ſondern wie geſprungen wird. Ein ſtrenges Feſthalten an den vorgeſchriebenen Formen führt den Mann zur Herrſchaft über ſeinen Körper und dadurch um ſo ſicherer zu geſteigerten Leiſtungen.

Digitized by Google

§. 3.

Eintheilung der Uebungen.

Die gymnastischen Uebungen zerfallen in die Freiübungen und in die Rüstübungen.

I. Freiübungen.

Unter Freiübungen versteht man diejenigen Uebungen, zu deren Ausführung man im Gegensatz zu den Rüstübungen keiner technischen Apparate bedarf. Ihre Wichtigkeit beruht darin, daß sie die Grundlage von allen anderen gymnastischen Uebungen bilden und ein Mittel gewähren, auf jeden Theil des Körpers einzuwirken.

Zu Ende der Rekrutenzeit, wo die Detailausbildung mehr in den Hintergrund tritt, sowie in späterer Zeit können diese Uebungen auch in größeren Abtheilungen, als oben vorgeschrieben, betrieben werden. Sie dienen dann hauptsächlich als ausgleichende, einleitende und Schlußübungen.

II. Rüstübungen.

Während die Freiübungen den Zweck verfolgen, den Mann gelenkfrei zu machen, d. h. ihm die vollständige Herrschaft über seinen Körper und dessen Gliedmaßen zu geben, bewirken die Rüstübungen die weitere Entwickelung seiner Muskelkraft. Sie bestehen in:

A. Uebungen am Balancirbaum;
B. Uebungen am Querbaum;
C. Uebungen am Schnurſprunggestell;
D. Uebungen am Sprungkasten, und
E. Voltigirübungen.

Die Voltigirübungen sind schließlich der Art auf die militairische Praxis zu übertragen, daß sie an dem mit wirklichem Sattel- und Packzeug versehenen Voltigirbock und am lebenden Pferde — sowohl bei ruhiger Stellung desselben, wie auch im Galopp — vorgenommen und, so

Digitized by Google

weit es angänglich, von den Leuten in militairischer Ajustirung ausgeführt werden.

Diese Kategorie von Uebungen bezeichnet man als »angewandte Voltigirübungen«.

§. 4.

Klassen-Eintheilung.

Die Mannschaft der Eskadron ist lediglich mit Rücksicht auf ihre Leistungen und Individualität in drei Klassen einzutheilen.

Mit der 3ten Klasse sind die eigentlichen gymnastischen Schulformen in ihrem ganzen Umfange durchzuüben.

In der 2ten Klasse wird die vollkommene Ausführung sämmtlicher Frei- und Rüstübungen verlangt.

In der 1sten Klasse bilden vorzugsweise die angewandten Voltigirübungen den Gegenstand der Unterweisung. Aus dieser Klasse ergänzen sich die Lehrergehülfen.

Bei Einstellung der Rekruten in die Eskadron ist die Klasseneintheilung am geeignetsten vorzunehmen. Die Rekruten bilden daher bis zu diesem Zeitpunkt für sich eine Klasse, in welcher außer den Freiübungen auch die elementarsten Rüstübungen betrieben werden müssen.

Das auf die gymnastischen Uebungen zu verwendende Zeitmaß bleibt dem Ermessen des Eskadron-Chefs überlassen.

Digitized by Google

Zweiter Abschnitt.
Uebungen der Gymnastik.
I. Freiübungen.
§. 5.

1. Fersenheben.

Fuß- und Beinbewegungen.

Die Fersen werden langsam vom Boden erhoben, so daß der Körper bei gestreckten Beinen schließlich nur auf den Ballen und Zehen ruht, und nach kurzem Verweilen in dieser Stellung wieder gesenkt.

Kommando: Fersen — hebt! — senkt!

2. Kniebeugen.

Fig. 1.

Langsames, stetiges Beugen der Kniee in der durch die Richtung der Füße bestimmten senkrechten Ebene unter allmäligem Heben der Fersen bis zum rechten Winkel zwischen Ober- und Unterschenkel; Oberkörper lothrecht und unverdreht mit Hüften fest*). Nach einigem Verharren in dieser Stellung ebenso gleichmäßiges und ruhiges Strecken der Kniee und Senken der Fersen.

Anfangs in 4 Tempos zu üben. Auf: eins! Heben der Fersen; auf: zwei! Beugen der Kniee bis zum rechten Winkel; auf: drei! Strecken der Kniee; auf: vier! Senken der Fersen.

Kommando: Kniee — beugt! — streckt!

3. Schlußsprung auf der Stelle.

Anfangs in 3 Tempos. Auf: eins! schnelles Kniebeugen mit Hüften fest; auf: zwei! Emporschnellen des Körpers durch kräftiges Strecken der Kniee (Fußspitzen nach

*) Auf: Hüften — fest! werden die Hände derartig auf die Hüften gesetzt, daß der Daumen nach hinten, die übrigen geschlossenen Finger nach vorn, die Ellenbogen in der Schulterlinie zu liegen kommen. Auf: Hüften — los! resp. Grund — stellung! kurzes Zurückführen der Arme in die frühere Lage. Durch den Hüftstütz will man dem Körper einen festeren Halt geben; auch bedient man sich desselben bei solchen Uebungen, wo die herabhängenden Arme deren Ausführung hinderlich sein würden.

Digitized by Google

unten gerichtet) und Zurückfallen in die Kniebeuge; auf: drei! ruhiges Strecken der Kniee.

Der Oberkörper bleibt in allen 3 Tempos in senkrechter Haltung, Ferſen geſchloſſen.

Kommando: Schlußſprung auf der Stelle — ſpringt!

Analog dieſer Uebung wird ſpäter der Schlußſprung von der Stelle ausgeführt, wobei der Niederſprung um etwa Schrittlänge vor, resp. hinter der Abſprungſtelle ſtattfindet.

Kommando: Schlußſprung vorwärts (rückwärts) — ſpringt!

4. Spreizſprung auf der Stelle.

Wie vorſtehend, nur daß auf: zwei! beim Emporſchnellen beide geſtreckte Beine kräftig ſeitwärts geſpreizt und kurz vor dem Niederſprung wieder zuſammengeführt werden.

Kommando: Spreizſprung auf der Stelle — ſpringt!

5. Seitſprung.

Während das geſtreckte rechte (linke) Bein lebhaft ſeitwärts geſpreizt wird, ſchnellt das andere mit kurzem Beugen und Wiederſtrecken des Knies den Körper vom Erdboden ab und etwa eine Schrittlänge rechts (links) ſeitwärts hinaus. Der Niederſprung erfolgt auf beiden Füßen unter leichtem Kniebeugen.

Kommando: Seitſprung nach rechts (links) — ſpringt!

6. Schrittſprung.

Wie die vorige Uebung, nur daß das benannte Bein vorwärts geſpreizt wird.

Kommando: Schrittſprung rechts (links) vorwärts — ſpringt!

Mit drei Schritt Anlauf bezeichnet man dieſen Sprung als Freiſprung (ſiehe Uebungen am Schnurſprunggeſtell). Beim Ueben deſſelben iſt auf regelmäßigen Wechſel im Abſpringen mit dem rechten und linken Fuß zu halten.

Digitized by Google

7. Ausfall.

Fig. 2.

Der rechte (linke) Fuß wird in der Richtung seiner Längslinie rasch um ungefähr zwei Fußlängen vorwärts gesetzt, während gleichzeitig der Oberkörper nebst dem linken (rechten) gestreckten und mit der ganzen Fußsohle festaufstehenden Bein sich so weit vorneigt, daß beide eine gerade Linie bilden.

Schultern und Blick in der Richtung des vorderen Fußes, auf welchem das Gewicht des Körpers ruht. Vorderes Knie senkrecht über Fußspitze.

Kommando: Rechten (linken) Fuß zum Ausfall vorwärts — stellt! — Grund — stellung!

Später mit: Füße wechselt — um!*)

8. Beinheben seitwärts, vorwärts, rückwärts.

Fig. 3.

Das gestreckte rechte (linke) Bein wird in der benannten Richtung (seitwärts, vorwärts, rückwärts), so weit es bei senkrecht bleibendem Oberkörper möglich ist, langsam und stetig gehoben und demnächst wieder gesenkt.

Kommando: Rechtes (linkes) Bein seitwärts (vorwärts, rückwärts) — hebt! — senkt!

*) Auf dieses Kommando wird der vorgesetzte Fuß zur Grundstellung zurückgezogen und darauf der andere zum Ausfall vorwärts gestellt. Also zwei Tempos.

Digitized by Google

9. Beinſpreizen ſeitwärts.

Wie unter 8, nur in ſehr lebhaftem und raſchem Tempo. Das Senken des Beines erfolgt ſofort ohne weiteres Kommando.

Kommando: Das rechte (linke) Bein ſpreizen — ſpreizt!

10. Kniebeugen aufwärts. — Vorwärts-, ſeitwärts-, rückwärtsſtrecken.

Fig. 4.

Das rechte (linke) Knie wird in der Ebene, welche die Stellung des Fußes bezeichnet, raſch emporgehoben, ſo daß der Oberſchenkel wagrecht liegt, der Unterſchenkel lothrecht von dieſem herabhängt. Der Fuß wird gleichzeitig ſoweit als möglich gegen den Unterſchenkel gebeugt. Das Zurückgehen in die Grundſtellung analog.

Aus der Knieaufwärtsbeugung langſames Strecken des Knie- und Fußgelenks vorwärts, resp. rückwärts, während das ſtehende Bein geſtreckt bleibt. Das Strecken ſeitwärts erfolgt ebenſo, nachdem vorher das Knie ſo weit ſeitwärts geführt iſt, daß es in die Frontlinie kommt.

Die normale Haltung des Oberkörpers darf durch die Uebung nicht beeinträchtigt werden. Der Blick iſt gerade aus auf einen feſten Punkt gerichtet, um die Balance zu erhalten.

Kommando: Rechtes (linkes) Knie aufwärts — beugt! — vorwärts (rückwärts) — ſtreckt! — beugt! — nieder — ſtellt!

oder:

Digitized by Google

Rechtes (linkes) Knie aufwärts — beugt! — seitwärts — führt! — streckt! — beugt! — vorwärts — führt! — nieder — stellt!

Später mit: Füße wechselt — um!

Fig. 5.

11. Fußrollen.

Die Fußspitze beschreibt aus der Kniee aufwärtsbeugung Kreise in ruhigem Tempo nach rechts und links.

Kommando: Fuß rechtsum — rollt! — halt! — linksum — rollt! — halt!

§. 6.

1. Rumpfbeugen vorwärts, rückwärts.

Fig. 6a.

Rumpfbewegungen.

Der Oberkörper wird ohne Verdrehung der Schultern bei völlig gestreckten Kniegelenken in langsamem Tempo vorwärts gebeugt. Der Kopf beugt sich mit, so daß also in der Beugestellung das Gesicht nach den Knieen gerichtet ist (Fig. 6. a.).

Digitized by Google

Fig. 6 b.

Die Rückwärtsbeugung erfolgt in ähnlicher Weiſe, darf aber nicht übertrieben, auch nicht lange in ihr verweilt werden (Fig. 6. b.).

Zurück in die Grundſtellung durch Strecken des Rumpfes und Kopfes.

Die Rumpfbeugungen, ſowie die Bewegungen, welche zugleich Balancirübungen ſind, z. B. Ferſenheben, Kniebeugen ꝛc., können ſpäter durch Aufwärtsſtrecken der Arme erſchwert und verſtärkt werden.

Kommando: Rumpf vorwärts (rückwärts) — beugt! — ſtreckt!

Fig. 7.

2. Rumpfbeugen ſeitwärts.

Der Oberkörper beugt ſich langſam ohne Verdrehen der Schultern und des mit zu beugenden Kopfes ſo weit rechts (links) ſeitwärts herab, als es ohne Lüften des linken (rechten) Fußes möglich iſt. Die Hand, nach welcher zu die Beugung gemacht wird, gleitet langſam am Schenkel herab.

Kommando: Rumpf rechts (links) ſeitwärts — beugt! — ſtreckt!

Digitized by Google

Fig. 8.

3. Rumpfdrehen.

Beſteht in einem ruhigen, ſtetigen Drehen des Oberkörpers um ſeine Längenaxe, welcher Bewegung der Kopf, ohne ſich jedoch im Halsgelenk noch beſonders zu drehen, folgt.

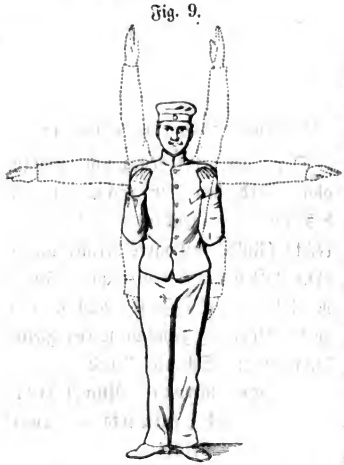
Das Schließen der Füße*) erleichtert und unterſtützt die Uebung. Dieſelbe kann auch mit vorwärtsgeſtreckten Armen ausgeführt werden.

§. 7.

1. Armſtrecken aufwärts, ſeitwärts, vorwärts, rückwärts, abwärts.

Arm- u. Handbewegungen.

Fig. 9.



Das erſte Tempo ſämmtlicher Armſtreckungen bildet ein kurzes Armaufwärtsbeugen, wodurch der Unterarm vor dem in der ſenkrechten Lage verbleibenden Oberarm zu liegen kommt. Hand wie Finger beugen ſich mit, ſo daß die Spitzen der letzteren das Schultergelenk leicht berühren. Im zweiten Tempo kräftiges, faſt ſtoßartiges Strecken nach der angegebenen Richtung.

*) Auf: Füße — ſchließt! werden die Füße bei feſtſtehenden Ferſen und leicht gehobenen Fußſpitzen ſo weit nach innen gedreht, daß die inneren Fußränder ſich berühren. Auf: Füße — auf! Wiedereinnehmen der Grundſtellung.

Digitized by Google

Das Strecken aufwärts findet bis zur senkrechten Lage, seitwärts und vorwärts in der wagerechten, rückwärts so weit statt, als es ohne Mitbewegung des Oberkörpers geschehen kann. Flache Hand mit geschlossenen Fingern, Handwurzel und Arm eine gerade Linie. Bei der Aufwärts-, Vorwärts- und Rückwärtsstreckung Hände in Schulterbreite auseinander und die inneren Handflächen sich zugekehrt, bei der Seitwärtsstreckung dagegen letztere nach unten gerichtet.

Kommando: Arme aufwärts (seitwärts, vorwärts, rückwärts) — streckt! — abwärts — streckt!

Später ist die Uebung dadurch zu erschweren, daß die Arme nach verschiedenen Grundrichtungen gestreckt werden.

Z. B.

Kommando: Rechten Arm aufwärts, linken Arm vorwärts — streckt! — Arme wechselt — um! u. s. w.

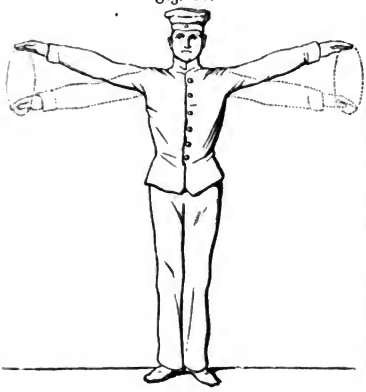
2. Armheben seitwärts.

Die gestreckten Arme werden in ruhigem Tempo genau seitwärts bis 45 Grad über Schulterhöhe emporgehoben, und demnächst wieder gesenkt.

Hände gestreckt, Finger geschlossen, Handrücken oben.

Kommando: Die Arme seitwärts — hebt! — senkt!

Fig. 10.



3. Armrollen.

Die seitwärts gestreckten Arme beschreiben in mäßigem Tempo (beim Vorwärtsrollen nach vorn zu, beim Rückwärtsrollen nach hinten zu beginnend) mit den Fingerspitzen Kreise, deren Mittelpunkt in der Höhe des

Digitized by Google

Schultergelenks liegt, und deren Halbmesser durch den Grad der Rollung nach hinten zu bestimmt ist. Körperhaltung normal.

Kommando: Arme nach vorwärts (rückwärts) — rollt! — halt!

4. Handrollen.

Bei seitwärts gestreckten Armen analog der Armrollung mit dem Unterschiede, daß die Bewegung nicht im Schultergelenk, sondern im Handgelenk stattfindet.

Hände gestreckt, Finger geschlossen, innere Handflächen ununterbrochen nach unten gekehrt.

Kommando: Hände nach vorwärts (rückwärts) — rollt! — halt!

§. 8.

Kopfbewegungen.

1. Kopfbeugen vorwärts, rückwärts, seitwärts.

Der Kopf wird bei »vorwärts« so weit als möglich nach der Brust zu gebeugt. Analog rückwärts und seitwärts.

Bei letzterer Bewegung ist darauf zu achten, daß der Kopf sich nicht gleichzeitig nach vorn oder hinten beugt.

Schultern bleiben fest stehen, jede, auch die leiseste Beugung des Rumpfes ist zu vermeiden.

Kommando: Kopf vorwärts (rückwärts, seitwärts) — beugt! — streckt!

2. Kopfdrehen.

Der Kopf wird soweit nach rechts oder links gedreht als es, ohne ihn zu beugen, möglich ist.

Schultern in der Frontlinie.

Kommando: Kopf rechts (links) — dreht! — vorwärts — dreht!

Digitized by Google

II. Rüſtübungen.

A. Uebungen am Balancirbaum.

§. 9.

1. Einfaches Hinauf- und Herabſpringen. (Baum in Hüfthöhe.)

Hinaufſpringen auf den Baum und Balancirſtand auf demſelben.

Die rechte Hand erfaßt die obere Fläche des Ständers, die linke wird auf den Baum ſelbſt gelegt und nun mit Unterſtützung der Hände derartig hinaufgeſprungen, daß beide Füße gleichzeitig auf dem Baum zu ſtehen kommen.

Analog Herabſpringen.

2. Balancirſtand.*)

Fig. 11.

Die Oberarme werden beinahe bis zur wagerechten Lage erhoben, die Unterarme gegen ſie etwas nach vorn gewinkelt, die Finger ein wenig gekrümmt, der Oberkörper möglichſt ſenkrecht auf den Hüften, die Beine im Kniegelenk leicht gebeugt, die Füße auswärts in etwa halber Fußlänge von einander, der Blick gerade aus.

Das Abſpringen vom Baum entweder wie bei der vorigen Uebung, oder durch Seitſprung, resp. Schrittſprung (ſiehe §. 5. sub 5. resp. 6.).

*) Wo die Bezeichnung der Baumhöhe fehlt, iſt immer die Höhe, in welcher die vorhergehende Uebung gemacht wurde, maßgebend.

Digitized by Google

§. 10.

Uebungen im Balancirstand.

1. Positionswechsel der Füße.

Der hintere Fuß wird um etwa halbe Fußlänge vor den vorderen gesetzt, resp. der vordere hinter den hinteren.

2. Wendungen.

Steht der rechte Fuß vor entweder einfache Wendung linksum, oder in Verbindung mit Positionswechsel nach vorwärts rechtsum; ist der linke Fuß der vorstehende, umgekehrt.

Analog Kehrtwendungen, diese stets in 2 Tempos.

3. Wechselkniebeugen abwärts.

Fig. 12.

Der vorstehende Fuß wird soweit einwärts gedreht, daß er mit der ganzen Sohle auf dem Baum steht, die Arme nach vorwärts gestreckt, der hintere Fuß schwebt frei zur Seite des Baumes herab und lehnt sich bei der Beugung und Wiederstreckung des vorderen Beines mit dem Schenkel leicht an denselben an.

Die Uebung wird mit jedem Beine einige Male wiederholt

§. 11.

Gangübungen.

1. Gang vorwärts. (Baum fest und horizontal.)

Haltung des Körpers wie im Balancirstand, der Blick nach dem Ende des Baumes gerichtet, nicht nach den Füßen herab, mit dem hinteren Fuß angetreten, nicht zu große und zu lebhafte Schritte machen.

Bei eintretenden Schwankungen des Körpers darf der Uebende den Gang nicht eher fortsetzen, als bis er die vollständige Herrschaft über seinen Körper wiedererlangt hat, was sich durch ein ruhiges und sicheres Stehen auf dem Baum kundgiebt.

Digitized by Google

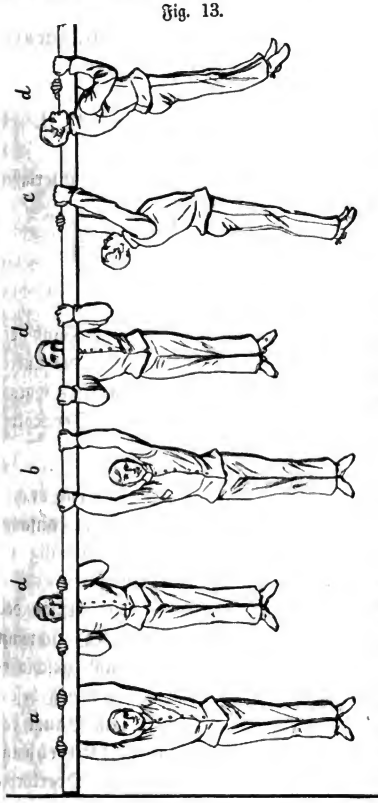
B. Uebungen am Querbaum.

§. 12.

1. **Langhang.** (Baum in Sprungreichhöhe.) Uebungen im Hang.

Der Uebende ſtellt ſich unter den Baum, ſpringt mit Schlußſprung auf der Stelle empor, die während des Sprunges ſich aufwärts ſtreckenden Arme ergreifen mit den Händen den Baum:

Fig. 13.



a. **mit Aufgriff** (Fig. 13. a.);
b. **mit Untergriff** (Fig. 13. b.);*)
c. **mit Zwiegriff** (Fig. 13. c.).

Bei a. und b. ſtehen die Schultern parallel zum Baum, Hände Schulterbreite auseinander; bei c. in der Querrichtung, Hände

*) Der Sprung in den Langhang mit Untergriff bei Sprungreichhöhe iſt ſchwierig, daher event. durch Griffwechſel aus Aufgriff einzunehmen, wobei unter leichtem Klimmziehen erſt die eine, dann die andere Hand in den Untergriff geht.

Digitized by Google

dicht aneinander. Arme und Körper ſind vollſtändig geſtreckt. Eine Weile hängen, dann unter unmerklichem Klimmzug (ſiehe 2) Niederſprung wie beim Schlußſprung.

2. Klimmziehen.*)

Aus Langhang langſames Emporziehen des völlig geſtreckten Körpers durch Beugung der Arme, bei Unter- und Aufgriff mindeſtens bis die Schultern in gleiche Höhe mit dem Baum kommen, bei Zwiegriff denſelben berühren (Kurzhang). Hiernach unterſcheidet man:

Kurzhang mit Untergriff,
" " Aufgriff,
" " Zwiegriff.
} Fig. 13. d.

Nach einigem Verweilen in dieſem Hang Herunterlaſſen in den Langhang und ab.

3. Handgang im Aufgriff, Zwiegriff.
a. im Langhang;
b. im Kurzhang.

Beim Zwiegriff greift anfangs die eine Hand der andern nach (mit Nachgriff), ſpäter die eine über die andere fort (mit Uebergriff), beim Aufgriff dagegen ſeitwärts, worauf die andere auf Schulterbreite nachfolgt u. ſ. w. Der Körper bleibt geſtreckt.

Fig. 14.

4. Längsliegehang rechts (links). (Baum anfangs in Schulter-, allmälig bis Sprungreichhöhe.)

Der Uebende erfaßt den Baum im Zwiegriff, rechte (linke) Hand vorn, ſchwingt unter Abſtoß mit den Füßen beide geſtreckt und geſchloſſen zu haltende Beine kräftig vor (auch als Vorübung beſonders zu betreiben) und wirft dicht unter dem Baum das rechte (linke) Bein zum Hang im Kniegelenk (Kniehang) über denſelben. Das andere Bein und der Oberkörper

*) In Betreff der Baumhöhe ſiehe Anmerkung zu §. 9. sub 2.

Digitized by Google

liegen gestreckt und wagerecht unter dem Baum in dessen Längsrichtung, in dieser Lage durch das übergeworfene Bein und die gebeugten Arme gehalten.

Bei Sprungreichhöhe erfolgt der Abstoß mittels Schlußsprunges.

Die Uebung kann auch später bei kräftiger Arm- und Bauchmuskulatur aus Langhang gemacht werden.

5. Querliegehang und Schwingen in demselben.

Fig. 15.

Aus Längsliegehang rechts (links) geht der Uebende in den Querliegehang, indem die linke (rechte) Hand zwischen der rechten (linken) und dem Knie, letztere dagegen über das Knie hinweg den Baum im Aufgriff erfassen. Hierdurch werden die Schultern dem Baum parallel, der Körper in wagerechter Lage senkrecht zum Baum gestellt (Fig. 15. a.).

Später geschieht das Einnehmen des Querliegehangs unter Benutzung des Absprunges aus Langhang mit Aufgriff, wobei das Knie nicht zwischen, sondern neben den Händen zu liegen kommt.

Aus Querliegehang als Vorübung zum Knieaufschwung (Fig. 15. b.) Schwingen des gestreckten Beines.

6. Sturzhang in Hockstellung.

Fig. 16.

a. aus Untergriff;

b. aus Aufgriff (Fig. 16.).

Aufschwung der Beine und Beugen der Kniee bis bei gestreckten Armen die Fußrücken den Baum berühren. Kurzes Verweilen in dieser Lage, dann Strecken der Kniee und ab.

Digitized by Google

7. Seitliegehang.

Fig. 17.

Sturzhang in Hockstellung, dann langsames Ausstrecken der Beine, so daß der Oberkörper wagerecht, die Beine mit den Unterschenkeln gegen den Baum gelehnt liegen. In diesem Hang Klimmziehen.

8. Durchzug. (Baum in Sprungreichhöhe.)

Fig. 18.

Aus Sturzhang in Hockstellung mit Aufgriff wird ein Bein nach dem andern, oder auch beide Beine (durch Kreuzen derselben) gleichzeitig zwischen den Armen hindurchgebracht, hierauf der Oberkörper weiter heruntergelassen und die Beine gestreckt (Fig. 18. a.). Nach kurzem Verweilen in diesem Hang (Durchzughang) Niedersprung, oder auf demselben Wege den Körper langsam zurückziehen.

Aus Durchzughang wird später der gestreckte Sturzhang rücklings eingenommen (Fig. 18. b.).

§. 13.

Uebungen im Stütz und Sitz.

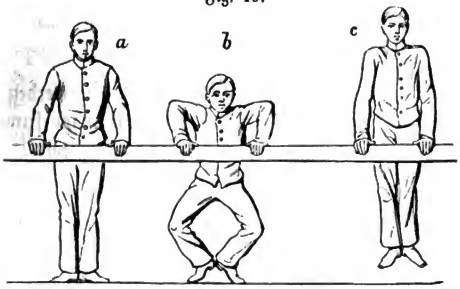
1. Schlußsprung in den Stütz. (Baum in Brust- bis Schulterhöhe.)

Der Uebende tritt bis auf Unterarmlänge an den Baum heran, legt beide Hände in Schulterbreite von einander — Daumen diesseits, die übrigen Finger jenseits — leicht auf

Digitized by Google

den Baum (Fig. 19.a.), dann rasches Kniebeugen (Fig. 19.b.) und Emporspringen mit Druck der Arme in den Stütz (Fig. 19. c.).

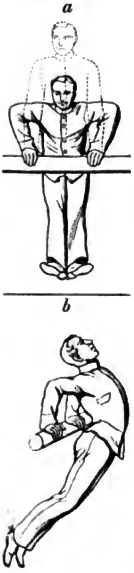
Fig. 19.



Körper vollständig gestreckt, Fersen geschlossen, Fußspitzen auswärts und nach unten gerichtet.

Niedersprung, Hände los.

Fig. 20.



2. Doppelarmbeugen und -strecken.

a. aus Stütz vorlings (Fig. 20.a.);

b. aus Stütz rücklings (Fig. 20.b.).

a. Beide Arme beugen sich ruhig und gleichmäßig, ohne daß der Oberkörper im weiteren Heruntersinken den Baum berührt, anfangs so weit, daß der Oberarm zum Unterarm im rechten Winkel steht, später, daß der Mund den Querbaum berührt (Knickstütz). Kurzes Verweilen darin, dann wieder ruhiges Strecken der Arme.

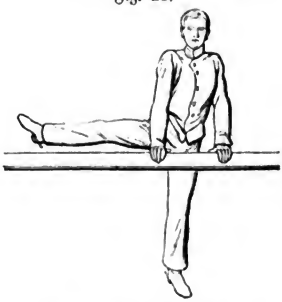
b. Rücklings analog, nachdem vorher der Seitsitz (siehe sub 7. b.) und aus diesem der Stütz rücklings eingenommen ist.

Letztere Uebung ist schwierig und muß mit Vorsicht betrieben werden.

Digitized by Google

3. Beinheben seitwärts aus Stütz.

Fig. 21.



Die Beine werden abwechselnd langsam seitwärts gehoben und gesenkt.

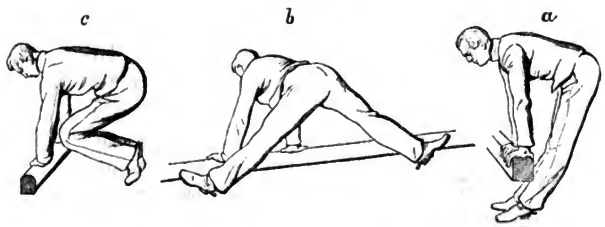
4. Schlußsprung in den Stütz mit halber Spreize aus Stand. (Baum in Brusthöhe.)

Sehr lebhaftes Beinheben und -senken in Verbindung mit Sprung in den Stütz und sofortigem Niedersprung.

5. Schlußsprung in den Stütz mit Gesäßheben.

a. aus Stand;
b. mit Anlauf. } (Fig. 22. a.)

Fig. 22.



a. Durch kräftigen Druck der Arme unter gleichzeitigem Absprung und Mitwirkung der Bauchmuskeln wird das Gesäß so hoch gehoben, daß der Rumpf fast wagerecht liegt. Die Beine legen sich nicht gegen den Baum, sondern gehen vom höchsten Punkt des Sprunges gleich in die Kniebeuge zurück, aus welcher die Uebung mehrere Male wiederholt wird.

Digitized by Google

b. Anlauf mit 3 Schritt; beim dritten Schritt Sammeln der Beine zum Absprung, welcher als Schlußsprung dicht vor dem Baum unter fast gleichzeitigem Erfassen desselben mit beiden Händen stattfindet.

Dieselbe Uebung später:

a. mit ganzer Spreize (Fig. 22. b.);

b. mit Anhocken der Beine (Fig. 22. c.).

6. Spreizaufsitzen aus Stütz.

a. mit festen Händen;

b. mit Lüften der gleichseitigen Hand.

a. Lebhaftes Seitwärtsheben des rechten (linken) Beines, Hinüberführen desselben über den Baum unter Drehung der Schultern in die Querrichtung zum Baum, dann Hinsetzen und Hände los (Reitsitz). Entsprechend ab.

Bei b. macht die rechte (linke) Hand dem hinüberzuschwingenden gleichseitigen Bein Platz, um sogleich wieder den Baum zu erfassen (lüftet sich). Stütz und Schulterstellung bleiben wie bisher. Beim Zurückführen wird der Schwung des gestreckten rechten (linken) Beines von links (rechts) her genommen. Die betreffende Hand macht ebenfalls für einen Moment dem Bein Platz.

7. Sitzwechsel aus Reitsitz, resp. Halbquersitz.

a. einfacher Sitzwechsel;

b. doppelter Sitzwechsel.

(Baum in Brust- bis Schulterhöhe.)

a. Aus Reitsitz wird das rechte (linke) Bein bei feststehenden Schultern über den Baum geschwungen in den Halbquersitz links (rechts), dann wieder zurück in den Reitsitz.

b. Aus Halbquersitz links (rechts) durch Hinüberschwingen beider Beine über den Baum in Halbquersitz rechts (links).

Aus Halbquersitz links (rechts) gelangt man durch Drehung der Schultern nach links (rechts), so daß diese parallel mit dem Baum liegen, in den Seitsitz.

Digitized by Google

8. Handgang aus Stütz.

a. einfacher Handgang;

b. Doppelhandgang.

a. Die rechte (linke) Hand greift etwa um Handlänge rechts (links) seitwärts fort, der linke (rechte) Arm schiebt den Körper ihr nach und zieht sich wieder in Schulterbreite heran.

b. Durch kurzes Beugen und lebhaftes Strecken der Arme werden die Hände und mit ihnen der Körper sprungartig um etwa Handlänge nach rechts oder links seitwärts fortgeschnellt.

9. Wuchten aus Stütz.

Fig. 23.

Die Beine beugen sich im Hüftgelenk etwas nach vorn und geben dann dem Körper mit den Oberschenkeln einen kurzen aber kräftigen Abstoß nach hinten vom Baume ab. Arme bleiben gestreckt und in senkrechter Lage, wodurch der Körper wieder von selbst in den Stütz zurückfällt.

10. Abschnellen.

Aus dem Wuchten stoßen die unmerklich gebeugten Arme den Körper kräftig nach hinten ab, so daß vom Baume mehr oder minder entfernt der Niedersprung erfolgt.

11. Herabsenken aus Stütz in den Langhang und Heraufziehen und -stemmen aus diesem in jenen. (Baum in Sprungreichhöhe.)

Knickstütz, hierauf Abbiegen erst eines Armes, dann des andern in den Kurzhang, Herunterlassen in den Langhang. — Scharfes Heraufziehen in den Kurzhang, Aufbiegen erst eines, dann des andern Armes in den Knickstütz, Strecken der Arme.

Digitized by Google

§. 14.

1. Knieaufschwung. — Knieabschwung. (Baum in Schulter- bis Sprungreichhöhe.) Auf- und Abschwünge.

Querliegehang, Schwingen, Aufbiegen und Strecken der Arme in dem Moment, wo das gestreckte Bein nach rückwärts geht, so daß der Oberkörper in die Höhe des Baumes emporgehoben wird und auf den Oberschenkel desjenigen Beines zu sitzen kommt, welches im Kniehang sich befand (siehe Fig. 15. b.).

Abschwung entweder mit Uebergehen in den Längsliegehang, oder mit Durchstecken des Sitzschenkels in den Seitliegehang, oder endlich — sofern der Knieaufschwung aus Langhang mit Aufgriff ausgeführt wurde — durch gestrecktes Herumführen des im Kniehang sich befindenden Beines in den Seitliegehang. Das bei allen 3 Arten des Abschwunges nothwendige Herunterlassen des Körpers in den Kniehang erfolgt stets nach rückwärts.

Der Abschwung kann auch derartig gemacht werden, daß der Uebende oben auf dem Baum den Seitsitz einnimmt, sich — Hände im Aufgriff — erst in den Kniehang an beiden Beinen, dann in den Langhang herunterläßt und abspringt.

2. Aufschwung aus Unter-, resp. Aufgriff; Vorwärtsabschwung aus Untergriff.

Abstoß aus Grundstellung und Aufschwung der Beine in den Seitliegehang mit gleichzeitigem kräftigen Klimmzug, wodurch der im Hüftgelenk stark gebeugte Körper über den Baum geschwungen und in den Stütz vorlings gebracht wird.

Wird diese Uebung langsam aus reiner Armkraft gemacht, so bezeichnet man sie als Aufzug; anfangs nach 3 Tempos. Erstes Tempo: Sturzhang in Hockstellung (Fig. 16.), zweites: Strecken der Beine zum Seitliegehang (Fig. 17.), drittes: Heraufziehen des Körpers in den Stütz.

Digitized by Google

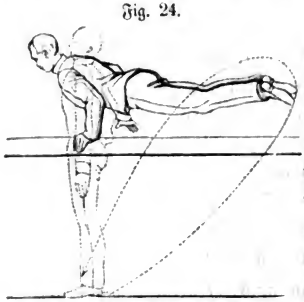
Beim Abſchwung neigt ſich der Körper, auf dem Bauch aufliegend, nach vorn und dreht ſich mit geſtreckten Beinen um den Baum in den Langhang zurück, dann Niederſprung.

§. 15.

Ueberſchwünge.

1. Wende aus Stand, Stütz und mit Anlauf. (Baum in Hüft bis Bruſthöhe.)

Fig. 24.



Aus Stand. — Unter kräftigem Sprung in den Stütz wird der Körper nach rechts (links) ſo über den Baum geſchwungen, daß durch Drehung der Schultern deſſen vordere Seite in der Höhe des Schwunges dem Baum zugekehrt iſt. Beine geſtreckt und geſchloſſen. Die rechte (linke) Hand macht dem Körper Platz. Der Niederſprung erfolgt dicht neben der linken (rechten) Hand, welche rechtzeitig den Griff wechſeln muß. — Aus Stütz entſprechend, nur daß an Stelle des Abſprunges durch Wuchten dem Körper der nöthige Schwung gegeben wird. — Der Griffwechſel der linken (rechten) Hand erfolgt ſchon vor Beginn des Ueberſchwunges.

Mit Anlauf. — Vergl. §. 13. 5. b.

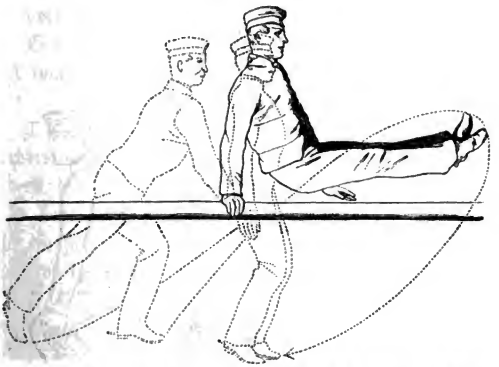
2. Kehre aus Stand und mit Anlauf.

Aehnlich der vorſtehenden Uebung, nur daß jetzt der Körper, indem er über den Baum geſchwungen wird, ſich ſo dreht, daß ſeine Rückenſeite demſelben zugekehrt iſt. Bei Kehre rechts (links) macht die rechte (linke) Hand dem Körper Platz, erfaßt aber den Baum wieder im Moment des Niederſprunges, während die andere losläßt.

Digitized by Google

3. Barriereſprung. a. nach rechts; b. nach links.

Fig. 25.



a. nach rechts. — Der Uebende ſteht neben dem Baum, die rechte Seite demſelben zugekehrt, erfaßt ihn mit der rechten Hand, während zu gleicher Zeit das linke Bein vorſchreitet und durch kräftigen Abſtoß, Druck des rechten Armes nach unten nebſt Vorſchnellen des rechten Beines den Körper über den Baum hinüberſchwingt. Die rechte Hand macht dem Körper Platz, die linke erfaßt den Baum.

b. nach links analog.

C. Uebungen am Schnurſprunggeſtell.

Ein ſolider Betrieb dieſer an ſich einfachen Uebungen wird mit von weſentlichem Einfluß auf die ſpäteren Leiſtungen im Voltigiren ſein. Es empfiehlt ſich langſam und ſtetig in den Höhenmaßen vorzuſchreiten und eine Steigerung derſelben nur dann eintreten zu laſſen, wenn der Sprung auf geringere Höhe und Weite korrekt und ſicher ausgeführt wird. Die Schnur bezeichnet das Maß der Leiſtung. Die Sprünge ſind theils als Hoch-, theils als Weitſprünge, theils als Hoch- und Weitſprünge zu üben. Für feſte Abſprung- und weiche Niederſprungſtelle iſt Sorge zu tragen.

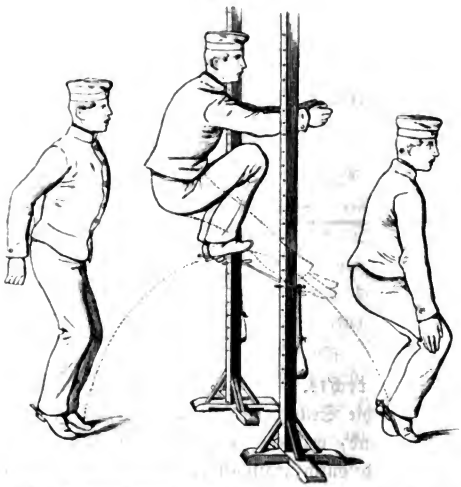
Digitized by Google

§. 16.

Schlußſprung, Freiſprung.

1. Schlußſprung.

Fig. 26.



Wie Schlußſprung von der Stelle (ſiehe §. 5. 3.), nur daß im erſten Tempo — der Kniebeugung — ſich der Oberkörper etwas vorneigt und im zweiten Tempo — dem eigentlichen Sprung — die Beine angehockt und, nachdem ſie die Schnur paſſirt haben, kurz vor dem Niederſprung wieder geſtreckt werden. Durch kräftigen Schwung mit den Armen nach vorwärts und aufwärts wird der Sprung unterſtützt.

2. Freiſprung mit 3 Schritt Anlauf, rechts, links.

Beim Anlauf muß der erſte Schritt lang und in ruhigem Tempo, der zweite kurz und lebhaft gemacht und mit dem dritten Schritt abgeſprungen werden. Die Kniee werden nach dem Abſprung ſcharf nach der Bruſt hin angezogen, aber jenſeits der Schnur kurz vor dem Niederſprung, der mit geſchloſſenen Ferſen ſtattfinden muß, wieder geſtreckt.

Elaſtiſcher Niederſprung.

Digitized by Google

Als weitere Kombinationen sind später Sprungübungen mit beliebigem Anlauf anzuordnen, wobei man entweder vorher bestimmt, ob rechts oder links abgesprungen werden soll, oder auch dies dem Uebenden anheimstellt.

Bei Weitsprüngen reicht ein Anlauf von nur 3 Schritt nicht immer aus.

D. Uebungen am Sprungkasten.

Die Uebungen am Sprungkasten bilden eine vortreffliche Vorbereitungsstufe für die eigentlichen Voltigirübungen, besonders deshalb, weil die Konstruktion des Gerathes eine Reihe von Vorübungen gestattet, welche beim Voltigirbock nicht ausführbar sind. Sie sind daher für den Kavalleristen von großem Werth und erheischen einen sorgfältigen Betrieb.

Das Erlernen der Uebungen wird dem Mann erleichtert, wenn folgende praktische Winke beachtet werden:

1. die Hände werden zum Stütz auf den Kasten flach und mit geschlossenen u. gestreckten Fingern aufgelegt;
2. bei allen Stützsprüngen mit Anlauf müssen sich die Hände zum Stütz erst einen Moment nach dem Absprung auf das Geräth legen;
3. bei der Wende und Kehre, sowie den Vorübungen dazu sind die Anlaufschritte ruhig und nicht im Lauftempo zu machen, auch muß die Absprungstelle etwas nach außenhin verlegt werden;
4. beim Anlauf zur Hocke muß der dritte Schritt zum Sprunganſatz um so länger gemacht werden, je weiter die Absprungstelle vom Kasten entfernt ist.

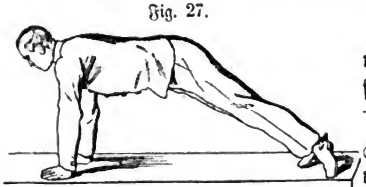
§. 17.

Uebungen bei Querstand des Kastens.

1. Wende aus Stand und mit Anlauf.*)

a. als Vorübung: Wendsprung auf den Kasten.

Fig. 27.



Der Körper wird nicht gleich über, sondern auf den

*) Der Anlauf zum Stützsprung findet nach der im §. 13. 5. b. gegebenen Vorschrift statt.

Digitized by Google

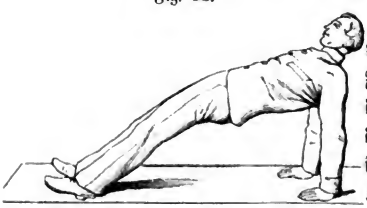
Kasten geschwungen, wobei die Fußspitzen sich auf diesen aufsetzen und im Verein mit den nebeneinanderstehenden Händen den Körper tragen. Beine gestreckt, Gesäß ein wenig gehoben (Fig. 27.). Nach einigem Verweilen in dieser Lage Fortsetzung des Sprunges durch kräftiges Abspreizen des äußeren Beines.

b. Wende über den Kasten*) (siehe §. 15.1.).

2. Kehre aus Stand und mit Anlauf.

a. als Vorübung: Kehrsprung auf den Kasten.

Fig. 28.



Nach Analogie der Wende, nur daß die Ferse den Körper, dessen Rückenseite dem Geräth zugekehrt ist, stützen helfen. Die Hand (bei Kehre links die linke), welche dem Körper Platz machen muß, stützt sich sogleich wieder auf den Kasten. Körper in gestreckter Lage (Fig. 28.). Fortsetzung des Ueberschwunges wie vorstehend.

b. Kehre über den Kasten (siehe §. 15. 2.).

3. Hocke.

a. als Vorübung: Stützschlußsprung in den Stand auf den Kasten, aus Stand und mit Anlauf.

Absprung und Stütz mit den Händen unter kräftigem Anhocken der Beine und Gesäßheben, so daß die Füße den Stand auf dem Kasten gewinnen können. Hände rechtzeitig los. Aufrichten des Körpers in gerade Haltung. Mit Schluß- oder Schrittsprung vorwärts ab (siehe §. 5. sub 3. resp. 6.).

*) Die Wende und Kehre können später auch bei Längsstand des Kastens gemacht werden.

Digitized by Google

b. Hocke über den Kaſten mit Anlauf.

Energiſcher Abſprung und kurzer Stütz der Hände (auf der Mitte des Geräthes) mit kräftigem Abſtoß, ſobald die Füße den Kaſten paſſiren. Körper anfangs ſtark vorgeneigt, doch ſchon vor dem Niederſprung wieder geſtreckt.

§. 18.

Uebungen bei Längsſtand des Kaſtens.

1. Stützſprung in den Reitſitz vor die Hände, aus Stand und mit Anlauf.

Sprung in den Stütz unter gleichzeitigem Oeffnen der Beine und Vorſchieben des Geſäßes nach vorn, Hände los und Niederfallen in den Reitſitz vor dem Punkte, wo die Hände aufſetzten.

2. Stützſprung in den Stand auf den Kaſten vor die Hände mit Anlauf.

Die Beine öffnen ſich gleich nach erfolgtem Abſprung und werden unter Anhocken rechts und links um den Kaſten ſo herumgeführt, daß der Uebende auf dem Kaſten in Grundſtellung zu ſtehen kommt und zwar vor dem Punkte, wo die Hände aufſetzten.

Mit Seitſprung ab (ſiehe §. 5. 5.).

3. Längsſprung mit Anlauf.

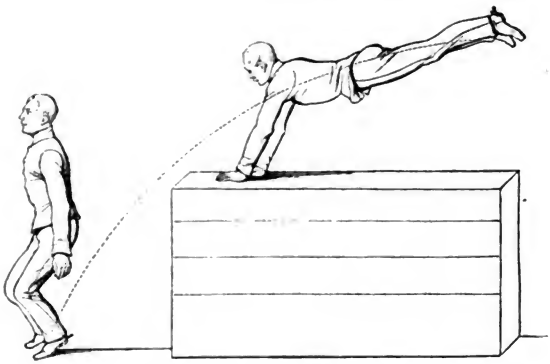
a. als Vorübung: Längsſprung auf den Kaſten.

Abſprung mit ſtarkem Vorneigen des Oberkörpers, welcher im Niederfallen durch die möglichſt weit vorn ſich aufſtützenden Hände und durch die Fußſpitzen aufgefangen wird. Körper vollſtändig geſtreckt. Kurzes Verweilen in dieſer Lage, dann durch Abſtoß der Beine, welche ſich öffnen, und ſcharfen Druck der Arme Niederſprung vor dem Kaſten.

Digitized by Google

b. Längssprung über den Kasten.

Fig. 29.



Energiſcher Anlauf und Abſprung. Die weit vorn ſich aufſtützenden Hände drücken, während ſich der Körper in der Höhe des Sprunges mit noch geſchloſſenen Beinen in faſt wagerechter Lage befindet, ſich kräftig ab, wobei unter Spreizen der Beine der Niederſprung (natürlich mit wieder geſchloſſenen Ferſen) erfolgt.

E. Voltigirübungen.

Die Voltigirübungen finden ſowohl am Voltigirbock als am lebenden Pferde ſtatt.

Der Voltigirbock iſt beim Unterrichtsbetrieb für gewöhnlich ſo hoch zu ſtellen, daß der obere Rand der Pauſchen in Bruſtwarzenhöhe liegt, und nur für die gewandteren Leute allmälig höher. Bei Querſtand des Bockes werden die Uebungen theils mit Pauſchen, theils ohne dieſelben ausgeführt. Das Erfaſſen der Pauſchen muß mit vollem, feſtem Griff geſchehen, derartig, daß der Daumen auf der Innenſeite, die übrigen geſchloſſenen Finger auf der Außenſeite der Pauſchen zu liegen kommen.

Digitized by Google

Nur bei einigen Uebungen aus dem Reitsitz, z. B. Beinschwingen rückwärts, Scheere rückwärts ꝛc., greift der Daumen über den oberen Rand der Pauschen herum nach außen und die übrigen Finger nach innen. Bei Längsstand sind die Uebungen in der Regel ohne Pauschen zu machen.

§. 19.

Uebungen am Voltigirbock bei Querstand.

1. Schlußsprung in den Stütz, aus Stand und mit Anlauf (Fig. 30. a.), [siehe §. 13. 1.].

Fig. 30.

2. Beinheben seitwärts aus Stütz (Fig. 30. b.), [siehe §. 13. 3.].

3. Schlußsprung in den Stütz mit Gesäßheben, aus Stand und mit Anlauf (siehe §. 13. 5.).

a. mit ganzer Spreize;

b. mit Anhocken der Beine.

4. Wuchten und Rückwärtsabschnellen aus Stütz (siehe §. 13. sub 9. und 10.).

5. Knieaufsprung aus Stand und mit Anlauf. — Knieabsprung.

Fig. 31.

Durch Sprung in den Stütz mit Anhocken der Beine werden unter mäßigem Vorneigen des Oberkörpers die Unterschenkel mit den Schienbeinen leicht auf die Sattelfläche aufgelegt. Hände los, Oberkörper gerade Haltung (Kniestand) [Fig. 31.].

Der Absprung erfolgt entweder nach rückwärts unter Handstütz, oder nach vorwärts, indem sich der Uebende durch Schwung mit den Armen aus dem Kniestand empor und in den freien Stand nach vorn abschnellt. Ferse bleiben geschlossen.

Digitized by Google

6. Stützschlußsprung in den Stand auf den Bock, aus Stand und mit Anlauf (siehe §. 17. 3. a.).

7. Einnehmen des Reitsitzes aus Stütz.

a. mit festen Händen (auf Kruppe oder Hals), [siehe §. 13. 6. a.].

b. mit Vorsetzen der gleichzeitigen Hand.

Fig. 32.

Die rechte (linke) Hand verläßt die Pausche und legt sich flach auf den Sattel mit der Daumenseite hart neben die linke (rechte) Pausche. Nun lebhaftes Seitwärtsheben des rechten (linken) Beines, Hinüberführen desselben über den Bock unter Drehung der Schultern in die Querrichtung zum Geräth. Niedersetzen, Hände los. — Analog ab.

8. Spreizaufsitzen aus Stütz mit Lüften der gleichseitigen Hand (Halbkreisen), [siehe §. 13. 6. b.].

9. Umkreisen aus Stütz.

Das unter Lüften der gleichseitigen Hand über den Bock geschwungene rechte (linke) Bein (siehe vorige Uebung) wird nicht auf demselben Wege zurückgeführt, sondern setzt den Kreis nach links (rechts) bis zu seiner ursprünglichen Lage neben dem linken (rechten) Bein fort. Die linke (rechte) Hand lüftet sich, um dem Bein Platz zu machen. Das umkreisende Bein muß gestreckt bleiben.

10. Beinschwingen aus Reitsitz und Seitwärtsabschwingen.

Die Hände stützen sich beim Rückwärtsschwingen auf die vordere Pausche (Daumen nach außen), beim Vorwärtsschwingen auf die hintere Pausche (Daumen nach innen) und heben den Körper etwas aus dem Sitz empor.

Digitized by Google

Sodann unter leichtem Beugen und Strecken der Arme kräftiges Schwingen der gestreckten Beine, mindestens bis in die wagerechte Lage. Ueber dem Bock schließen sich die Beine, öffnen sich aber wieder beim Hinunterfallen in den Reitsitz.

Abschwung erfolgt zur Seite des Bockes hart neben der stehenbleibenden Hand nach Analogie der Wende, resp. Kehre.

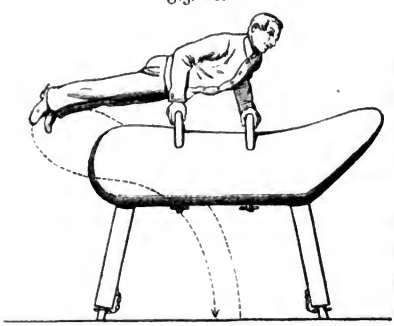
11. Scheere rückwärts, vorwärts (Anfangs mit 1 Pausche, später mit beiden).

Während die Beine (siehe vorige Uebung) nach rückwärts, resp. vorwärts schwingen, kreuzen sich dieselben in der Höhe des Schwunges unter Drehung des Oberkörpers in die Kehr-, resp. Wendlage, so daß der Uebende mit entgegengesetzter Front in den Reitsitz zurückfällt. Hände lassen eine nach der andern die Pausche los. Beine bleiben gestreckt.

12. Wendsprung in den Reitsitz, aus Stand und mit Anlauf (Vorübung zur Wende).

Entsprechend der Uebung §. 17. 1. a., nur daß die Beine sich über dem Bock zum Reitsitz, öffnen und der Körper in diesen herunterfällt. Abschwung wie bei Uebung 10.

Fig. 33.



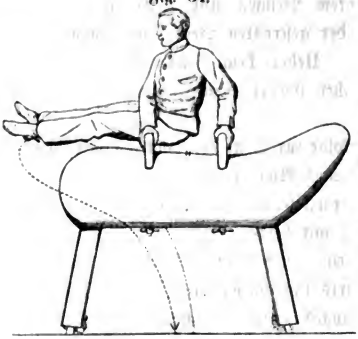
13. Wende aus Stand und mit Anlauf (siehe §. 15. 1.).

14. Kehrsprung in den Reitsitz, aus Stand und mit Anlauf (Vorübung zur Kehre).

Vergleiche §. 17. 2. a. Die Beine öffnen sich jedoch über dem Geräth zum Reitsitz, in welchen der Körper herunterfällt. Abschwung wie bei Uebung 10.

Digitized by Google

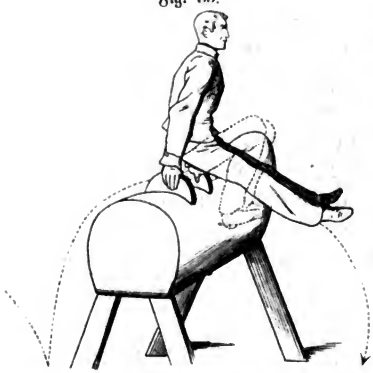
Fig. 34.



15. Kehre aus Stand und mit Anlauf (siehe §. 15. 2.).

16. Hocke mit Anlauf (siehe §. 17. 3. b.).

Fig. 35.



17. Hocke bei feststehenden Händen, aus Stand und mit Anlauf.

Wie die vorige Uebung, nur daß die Hände im Stütz verbleiben, während die Beine zwischen ihnen durchhocken und erst, nachdem dies geschehen, den Körper in den freien Stand vor den Bock abschnellen. Beine strecken sich vor dem Niedersprung.

§. 20.

Uebungen am Voltigirbock bei Längsstand.

1. Stützsprung in den Reitsitz vor die Hände auf Kruppe aus Stand (siehe §. 18. 1.).

2. Beinschwingen aus Reitsitz und Rückwärtsabschwingen.

Hände stützen sich auf und heben den Körper etwas aus dem Sitz empor. Nun Rückwärtsschwingen der Beine

Digitized by Google

(siehe §. 19. 10.). Der Abschwung in den Stand erfolgt unter Druck der Arme in dem Moment nach rückwärts, wo sich die Beine mit geschlossenen Fersen in der Höhe des Schwunges befinden.

3. Stützsprung in den Reitsitz vor die Hände auf Sattel, resp. Hals mit Anlauf. Ausführung siehe §. 18. 1.

Ab entweder durch einfaches Absitzen, oder durch Seitwärtsabschwingen (siehe §. 19. 10.), oder beim Sprung bis auf den Hals durch Vorwärtsabschwingen, wobei die Hände sich vorn aufstützen und durch kräftigen Druck nach rückwärts den Körper über den Hals hinweg in den freien Stand abschnellen.

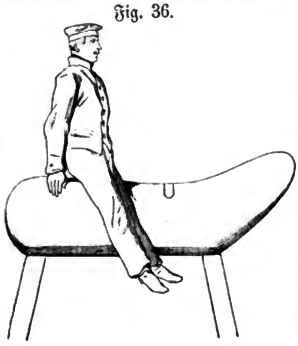
4. Stützsprung in den Reitsitz hinter die Hände auf Sattel, resp. Hals mit Anlauf (Vorübung zum Längssprung).

Analog der Uebung §. 18. 3. a., nur daß die Beine, welche möglichst lange geschlossen bleiben müssen, sich über dem Bock zum Reitsitz öffnen und dieser hinter dem Punkte eingenommen wird, wo die Hände aufsetzten.

5. Sitzwechsel aus Reitsitz in den Halbquersitz und umgekehrt (siehe §. 13. 7. a.).

6. Sitzwechsel aus Halbquersitz rechts in Halbquersitz links und umgekehrt (siehe §. 13. 7. b.).

Fig. 36.



7. Stützsprung in den Halbquersitz auf Kruppe, aus Stand und mit Anlauf (1ste Vorübung zur Kehre).

Die Beine werden nach dem Absprung unter Lüften der gleichseitigen Hand mit geschlossenen Fersen rechts oder links herum nach

Digitized by Google

der betreffenden Seite des Bockes geführt. Schultern bleiben genau in der Querrichtung zum Geräth.

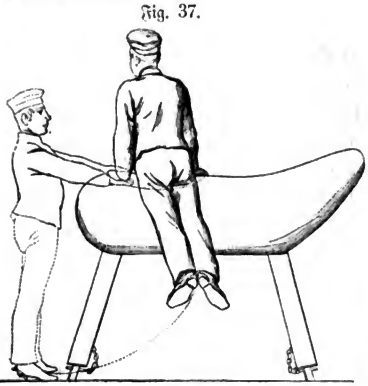
8. Kehrsprung in den Reitsitz auf Kruppe, resp. Sattel oder Hals mit Anlauf (2te Vorübung zur Kehre).

Die Beine werden unter kräftigem Druck der Arme wie bei der vorigen Uebung um den Bock herum und bis in die wagerechte Lage über denselben geschwungen, wo sie sich kurz öffnen, damit der Körper in den Reitsitz herabfallen kann.

9. Kehre mit Anlauf.

Der Körper wird analog der vorigen Uebung mit geschlossenen und gestreckten Beinen, ohne daß das Gesäß die Kruppe berühren darf, vollständig über den Bock hinweg bis in den freien Stand zur Seite desselben geschwungen. Schulterstellung bleibt genau die ursprüngliche, mithin beim Niedersprung Front nach vorn.

Fig. 37.



10. Schlußsprung in den Seitstütz, aus Stand und mit Anlauf (1ste Vorübung zur Wende).

Die Beine werden beim Emporsprung mit Schwung nach der rechten oder linken Seite des Bockes geführt, während der Oberkörper sich gleichzeitig auf den Händen so wendet, daß er sich im Seitstütz befindet.

11. Wendsprung in den Reitsitz mit Anlauf (2te Vorübung zur Wende).

Die Uebung beginnt wie die vorige; die Beine werden

Digitized by Google

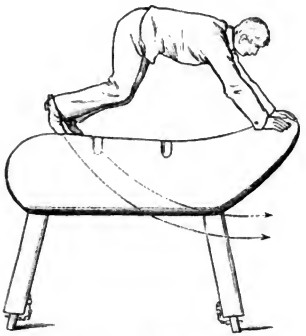
jedoch unter Drehung des Oberkörpers in die entgegengesetzte Front bis über den Bock geschwungen, wo sie sich zum Reitsitz öffnen.

12. Wende mit Anlauf.

Man schwingt den Körper der vorigen Uebung entsprechend über den Bock hinweg in den freien Stand zur Seite desselben. Beim Niedersprung Front nach hinten.

13. Stützsprung in den Stand vor die Hände auf Sattel, resp. Hals mit Anlauf (siehe §. 18. 2.).

Fig. 38.



14. Stützschlußsprung in den Hockstand auf Kruppe und Vorwärtsabspringen in den freien Stand, mit Anlauf. Analog der Uebung §. 17. 3. a. Der Uebende richtet sich aber nicht auf, sondern neigt den Oberkörper nach vorn, stützt die Hände auf den Hals, und schnellt sich durch Druck derselben und Abstoß mit den Füßen unter Spreizen der Beine über den Bock hinweg in den freien Stand.

15. Längssprung mit Anlauf (siehe §. 18. 3. b.). Mit den gewandteren Leuten zu üben.

§. 21.

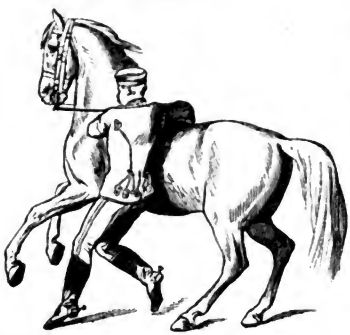
Uebungen am lebenden Pferde.

Die Voltigirübungen am lebenden Pferde bei ruhiger Stellung desselben entsprechen im Allgemeinen den vorstehend besprochenen, jedoch hat man eine geeignete Auswahl zu treffen, da der Bau des Pferdes manche Uebungen sehr erschwert, andere ganz verbietet.

Digitized by Google

In der Bewegung des Pferdes (Galopp-Voltige) dient dem Uebenden als Hauptanhalt ein Gurt mit zwei daran befeſtigten 6″ ſpannenden, 1 bis 1¼′ von einander entfernten Lederbügeln (Halter). Der Gurt muß dem Pferde ſo umgeſchnallt werden, daß die Halter auf dem Rücken deſſelben in gleichem Abſtand von der Wirbelſäule liegen.

Fig. 39.



Der Uebende ſtellt ſich Front nach vorn dicht an die linke Seite des Pferdes, ergreift mit beiden Händen die Halter, ſetzt ſich dann mit dem Pferde in gleiche Gangart (Linksgalopp) und ſpringt, nachdem er etwa die halbe Bahn durchlaufen, neben den Vorderfüßen des Pferdes nieder und mit Wendſprung in den Reitſitz.

Beim Abſpringen ſchwingt er zunächſt das rechte Bein unter den gelüfteten Händen weg an die linke Seite des Pferdes.

Will man ſich auf das Pferd ſchwingen, während daſſelbe über eine Barriere ſetzt, ſo ſpringt man einige Schritte vor letzterer ab und gelangt dann in der Regel in den Sitz, wenn das Pferd jenſeits der Barriere mit den Vorderfüßen den Boden berührt.

In ähnlicher Weiſe ſchwingt man ſich über den Rücken des Pferdes hinweg in den Halbqueerſitz rechts auf daſſelbe.

Sprünge in den Reitſitz und Ueberſchwünge in den Halbqueerſitz bilden das Uebungspenſum der Voltige.

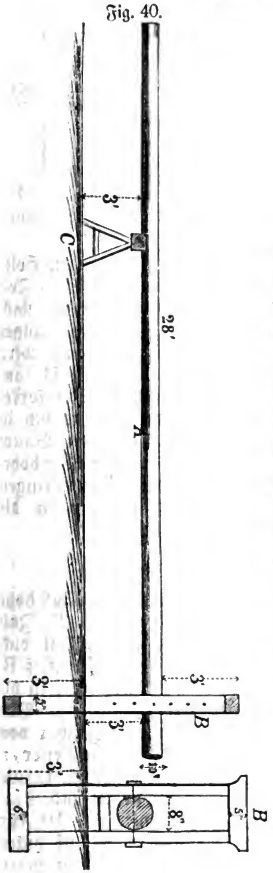
Digitized by Google

Anhang.

Beschreibung der Gerüste und Geräthe.

1. Balancirbaum.

Fig. 40.

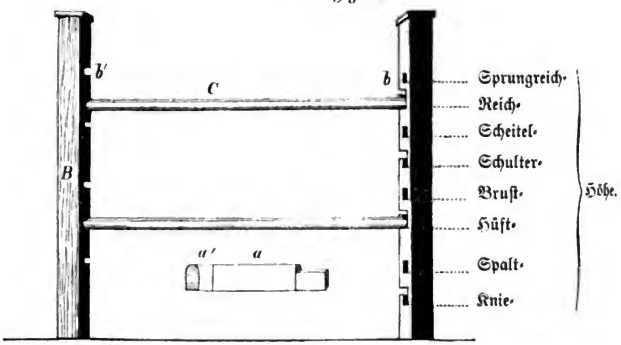


Der Balancirbaum ist ein circa 28 Fuß langer Baum A. von ovaler Form und etwas rauher Oberfläche; am dicken Ende von 9—10 Zoll lothrechtem und 6 — 8 Zoll Querdurchmesser, am anderen Ende etwa halb so stark. Er wird mit dem dicken Ende zwischen zwei völlig feststehenden Ständern B. durch einen starken eisernen Bolzen befestigt und findet den zweiten Unterstützungspunkt auf einem transportablen Bock C. von ungefähr 3 Fuß Höhe.

Digitized by Google

2. Querbaum.

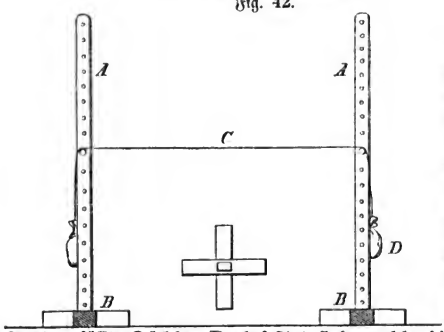
Fig 41.



Derſelbe beſteht aus einem glatt gehobelten 10—12 Fuß langen Holzſtück C. von zäher, feſter Holzart, welches im Querdurchſchnitt a'. 3½—4 Zoll hoch und 2½ Zoll dick iſt. Die obere Fläche iſt abgerundet, die untere flach mit abgerundeten Kanten. An jedem Ende a. iſt ein 2—2½ Zoll langer und faſt ebenſo hoher Zapfen eingeſchnitten. Dieſer Querbaum wird zwiſchen zwei mit Zapfenlöchern verſehenen ſtarken Ständern B. B. angebracht, welche 8—9 Fuß hoch über dem Erdboden ſtehen. Die korreſpondirenden Zapfenlöcher ſind abwechſelnd ſo eingerichtet, wie es ſich in b. b'. zeigt, und werden in ſolcher Höhe ausgeſtemmt, daß der Baum ſich auf Knie-, Spalt-, Hüft-, Bruſt-, Schulter- und Scheitelhöhe, ſowie in Reich- und Sprungreichhöhe einlegen läßt. Das Herausſpringen des Baumes wird durch einen Holzkeil verhindert, welcher in die Oeffnung b'. geſchoben wird und genau in dieſelbe paßt.

3. Schnurſprunggeſtell.

Fig. 42.

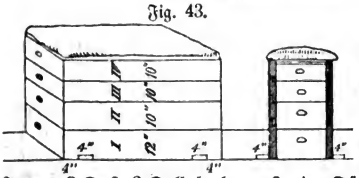


Zwei etwa 6 Fuß hohe Ständer A., 2½ Zoll breit und 2 Zoll dick, auf einem Kreuzfuß B. feſtſtehend, oder in die Erde eingegraben. Von 2 zu 2 Zoll Löcher von ½ Zoll Durchmeſſer, 6 Zoll lange Pflöcke zum Durchſtecken und Tragen einer 8—10 Fuß langen, ¼ Zoll dicken Schnur C., an deren Enden ein Paar mit Sand gefüllte Säckchen D. befeſtigt ſind, welche die Schnur ſtraff ziehen.

Digitized by Google

4. Sprungkasten.

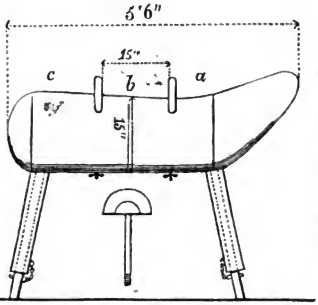
Fig. 43.



Ein fest, jedoch nicht zu schwerfällig gebauter Bretterkasten ohne Boden, $4\frac{3}{4}$ — 5 Fuß lang, 22 Zoll breit, im Ganzen incl. Polsterung 3 Fuß 6 Zoll hoch, aus vier Sätzen zusammengesetzt, welche sich leicht ausheben lassen, aber nicht verschieben dürfen, wenn sie aufeinander gesetzt sind; sie werden daher eingefugt und in den Ecken jedes einzelnen Satzes starke Lattenstücke befestigt, welche circa 3 Zoll überstehen und in die Ecken des nächst oberen Satzes hinein passen. Nur der oberste Satz erhält eine Bretterdecke, die mit einer Polsterung nebst Ueberzug von Leder oder Drillich versehen ist. Um dem Kasten mehr Halt zu geben, sind am untersten Satz an Stelle des Bodens zwei 1 Zoll starke, 2 Fuß 6 Zoll lange und 4 Zoll breite Bretter in der Nähe der Kanten so angebracht, daß sie an den langen Seiten um 4 Zoll nach außen überstehen. An den kurzen Wänden der Sätze befinden sich handbreite Ausschnitte zum Einfassen mit den Händen, wenn der Kasten fortgetragen, oder die oberen Sätze abgehoben werden sollen.

5. Voltigirbock.

Fig. 44.



Ist ein aus 2zölligen Brettern zusammengefügter Kasten, der von vier schräg nach außen stehenden, zum Höherstellen eingerichteten Beinen (Schiebefüßen) getragen wird. Dem Kasten ist ein festes, mit Drillich oder Leder überzogenes Polster von Seegras oder Werg aufgepaßt, welches mit Nägeln unten befestigt wird. Das Polster hat an den beiden Enden des Kastens eine Dicke von $2\frac{1}{2}$ Zoll, an seiner seitlichen und oberen Fläche von 2 Zoll. Man unterscheidet an der oberen

Digitized by Google

Fläche des Kaſtens a. den Hals am Vordertheil, b. den Sattel, d. h. den Mittelttheil zwiſchen den Pauſchen, und c. die Kruppe am Hintertheil. Die Pauſchen, zwei überpolſterte, griffrechte Wülſte von Holz und mit Leder überzogen, ſtehen über der Sattelfläche etwa 4 Zoll hoch hervor. Mit ihrem unteren Theil ſind ſie ungefähr 3 Zoll tief in zwei Einſchnitte des Rückens eingeſenkt und außerdem durch einen ſtarken eiſernen Stift, welcher durch den Körper des Bockes hindurchgeht und unten mit einem Schraubengewinde verſehen iſt, befeſtigt. Die Einſchnitte werden, wenn man die Pauſchen herausnimmt, durch feſte, flache Wülſte ſo ausgefüllt, daß Hals, Sattel und Kruppe eine zuſammenhängende Fläche bilden.

Für den Uebungsplatz eines Regiments ſind an Gerüſten und Geräthen mindeſtens erforderlich:

1 Balancirbaum	7	Rthlr.,
2 Querbäume à 6 Rthlr.	12	»
5 Schnurſprunggeſtelle à 1½ Rthlr.....	7½	»
2 Sprungkaſten à 6 Rthlr.....	12	»
2 Voltigirböcke à 15 Rthlr.....	30	»
Summa.....	68½	Rthlr.

Für 1 resp. 2 detachirte Eskadrons:

1 Balancirbaum,
1 Querbaum,
1—2 Schnurſprunggeſtelle,
1 Sprungkaſten,
1 Voltigirbock.

Berlin, den 1. April 1869.

Der Kriegs- und Marine-Miniſter.
von Roon.

Berlin, gedruckt in der Königlichen Geheimen Ober-Hofbuchdruckerei (R. v. Decker).

Digitized by Google

Im Verlage der Königlichen Geheimen Ober-Hofbuchdruckerei (R. v. Decker) in Berlin, Wilhelmsstrasse 75, sind erschienen und von derselben, sowie durch alle Buchhandlungen zu beziehen:

Anleitung zum Betrieb der Gymnastik und der Fechtkunst in der Armee. 1861. 8. geh. mit 66 in den Text eingedruckten Figuren in Holzschnitt. 20 Sgr.

Instruktion für den Betrieb der Gymnastik und des Bajonettfechtens bei der Infanterie. Vom 21. Oktober 1860. 1860. gr. 8. geh. mit 37 in den Text gedruckten Figuren in Holzschnitt. 10 Sgr.

Abänderungen zur Instruktion für den Betrieb der Gymnastik und des Bajonettfechtens bei der Infanterie vom 19. Oktober 1860. 1865. 8. geh. mit 14 in den Text gedruckten Figuren in Holzschnitt. 5 Sgr.

Wittich, von, Hauptmann. Ueber die Gymnastik in ihrer Anwendung als Erholungsmittel des Soldaten. 1861. gr. 8. geh. 5 Sgr.

Gesetz wegen der Kriegs-Leistungen und deren Vergütung. Vom 11. Mai 1851. Nebst der von den Königl. Ministerien des Innern, der Finanzen und des Krieges dazu erlassenen Ausführungs-Instruktion vom 8. Januar 1854 und dem Cirkular-Erlass vom 3. Mai 1860. Amtliche Ausgabe. gr. 8. geh. 2½ Sgr.

Deklarationen zum Gesetz wegen der Kriegs-Leistungen und deren Vergütung vom 11. Mai 1851 und zur Instruktion zur Ausführung dieses Gesetzes. 1867. 8. geh. 1½ Sgr.

Instruktion für das Geschäft der ökonomischen Musterungen bei den Truppen im Frieden. Vom 6. Februar 1862. Revier unter Berücksichtigung der inzwischen eingetretenen Formations- etc. Veränderungen veranstaltete Ausgabe. 1869. 8. 2½ Sgr.

Militair-Ersatz-Instruktion für den Norddeutschen Bund. Vom 26. März 1868. 8. geh. Netto-Preis 6 Sgr.

Reglement über die Verpflegung der Rekruten, Reservisten, Invaliden und Landwehrmänner bei Einziehungen, respective Entlassungen. Vom 5. Oktober 1854. 1867. 8. geh. Netto-Preis 5 Sgr.

Zusammenstellung derjenigen Bestimmungen, durch welche das Reglement über die Verpflegung der Rekruten, Reservisten, Invaliden und Landwehrmänner bei Einziehungen, respective Entlassungen vom 5. Oktober 1854 abgeändert worden ist. 1867. 8. geh. 1½ Sgr.

Reglement über die Natural-Verpflegung der Truppen im Frieden. Vom 13. Juni 1858. gr. 8. geh. 7½ Sgr.

Nachtrag hierzu, April 1867. 8. 1½ Sgr.

Reglement über die Servis-Kompetenz der Truppen im Frieden. Vom 1. Januar 1868. 1868. gr. 8. geh. 3 Sgr.

Reglement für die Beförderung von Truppen, Militair-Effecten und sonstigen Militair-Bedürfnissen auf den Staats-Eisenbahnen und den unter Staats-Verwaltung stehenden Privat-Eisenbahnen. Vom 3. Juli 1868. 8. geh. 2½ Sgr.

Reglement über die Bekleidung und Ausrüstung der Truppen im Frieden. Vom 30. April 1868. gr. 8. geh. 1 Thlr. netto.

Reglement über die Bekleidung und Ausrüstung der Armee im Kriege. Vom 18. Februar 1869. 8. geh. 10 Sgr. netto.

Regulativ, allgemeines, über das Servis- und Einquartierungs-Wesen de dato Berlin, den 17. Mai 1810. Mit den Berichtigungen abgedruckt im Jahre 1867. 8. geh. 5 Sgr.

Sachregister, alphabetisches, zu der Militair-Ersatz-Instruktion für den Norddeutschen Bund vom 26. März 1868. Auf Veranlassung des Königl. Preussischen Kriegs-Ministeriums. 1868. 8. geh. Netto-Preis 2 Sgr.

Servis-Tarif und Klassifikation für sämmtliche Ortschaften im Staatengebiete des Norddeutschen Bundes vom 21. Dezember 1867. gr. 8. geh. 5 Sgr.

Strafgesetzbuch für das Preußische Heer nebst den dasselbe ergänzenden, erläuternden oder abändernden Gesetzen, Verordnungen, Erlassen und allgemeinen Verfügungen. Zum Handgebrauch für die Armee des Norddeutschen Bundes herausgegeben von Eduard Fleck, Königl. General-Auditeur der Armee. 1868. 8. geh. 1 Thlr.

Zusammenstellung der im Ressort der Abtheilung für das Remonte-Wesen des Kriegs-Ministerium bestehenden hauptsächlichsten Bestimmungen. Gefertigt im Jahre 1867. gr. 8. geh. 7½ Sgr.

Digitized by Google